

**Zsolt Péter**

## **A magyar öngyűlölet<sup>1</sup>**

*Freud szerint szégyent akkor érzünk, mikor mások elvárásainak nem tudunk megfelelni, ellenben amikor a saját éniideálunknak nem, akkor büntudatot. Mindkét esetben kialakulhat az öngyűlölet. Nem minden éniideállal szembeni elégedetlenségünk tudatosul bennünk, és különösen ilyenkor a feszültség azáltal csökkenthető, ha valamiféle önpusztítást végzünk. Nem tudjuk feltétlen, hogy rossznak tartjuk magunkat és ezért az önbüntetés, mégis megnyugszunk, mert a bünt büntetés kell kövesse. Az öngyűlöletnek van önnyugtató, igazságosító hatása, de mégis egyre mélyebbre taszít. Az eredete nem csak a személyes életútból származhat, lehet az ősök bűne, vagy a barátaink, nemzetünk, vonatkoztatási csoportunk vétke. Alábbi cikkünkben az öngyűlölet szociálpszichológiájával foglalkozunk.*

### **Az etnocentrizmus negatívba fordul**

Az esetek döntő többségében a nemzetek rendelkeznek a saját közösség nézőpontjának túlbecslésével, kultúrájuk magasabbrendűségének hitével, melyet etnocentrizmusnak hívunk (Sumner, W. G. 1978). A pozitív csoportértékelésre máig nem találtak ki bonyolultabb magyarázatot - és talán nincs is rá szükség -, mint hogy az önértékelés növelése miatt áll érdekünkben saját csoportunkat különbnek tartani másoknál. Azért örülünk nemzeti csapatunk győzelmének is, mert az a mi győzelmünk. Mindennek megfordítása az öngyűlölet. Ilyenkor nem azonosulunk a saját csapattal, győzelme nem okoz örömet, de legalábbis semleges érzést vált ki belőlünk, veresége a „na ugye megmondtam” negatív csoportértékelés öngigazolása. Persze pont az öngyűlölő ember kapaszkodhat túlságosan is a sikerbe, mert a lelkük mélyén ott van a pislákoló remény, és ezért bármilyen kicsi siker óriásira nagyítódik.

Kis nemzeteknek, melyek szeretnék magukat nagyobbak látni mindez komoly kihívás. Ám sok kis nemzet létezik, s mégse gyakori bennük az öngyűlölet. Kell ehhez még az is, hogy a nemzet önmagával szembeni elvárásai is elérhetetlenek legyenek. Nemzeti nagyjaink azok, akik a nemzeti ideált megrajzolták és megrajzolják a

<sup>1</sup> Az írás rövidebb változata megjelent a zoom.hu-n <https://zoom.hu/hir/2018/03/30/zsolt-peter-a-magyar-ongyuloletrol/>

számunkra. Önostorozó szeretetük lecsapódása az öngyűlölet, mert nem lehet nem azonosulni velük, mert tényleg tehetségesek és nagyok, s aztán kénytelenek vagyunk szembenézni azzal a világgal, melyet teremteni tudunk. Ők hozzák létre a nemzet felettes énjét, melynek aztán nem felelünk meg. Ha nem volna olyan sok tehetséges magyar, bizonyos értelemben könnyebb volna nekünk is. S akkor is, ha nem maradna centrumban a magyar identitás, ha megszabadulnánk a vonatkoztatási csoportunktól (Merton, R. 2002), melyhez azonban épp úgy ragaszkodunk, mint a kisgyerek a rossz szüleihez. Ugyanakkor más nemzetek is követnek el bűnöket, tapasztalataikat mégis át tudják fordítani humorba, vagy pozitív (vezeklő) cselekvésbe. Ahol egyik se megy, ott az érem egyik oldalán megjelenik az archaizálás, a melldöngetés, a másikon pedig a szégyen, a büntudat és a gödör legmélyén az öngyűlölet.

Számos nemzeti összehasonlításban a negatívumainkat vesszük észre. Mikor az Eucsatlakozás idején a lengyelek jobb feltételeket küzdöttek ki, mikor Görögországban sztrájkok törtek ki a gazdasági válság következtében, mikor Romániában a Verespatak-szennyezéskor vagy a korrupcióellenes megmozdulásaik idején és sorolhatnánk, a magyarok saját magukra megfogalmazták a „birka” jelzöt. Ahogy rátelepszik 48-ra vagy 56-ra a jelenkori politikai hatalom, úgy válik egyre több magyar ember számára a hétköznapi tehetetlenség a birkasággal magyarázhatóvá.

Különösképp azok vélekedtek így, akiknek második identitásában ott volt a román, a lengyel vagy a görög, hogy ne csupán a cigány és a zsidó identitást említsük. Közös bennük két dolog: egyrészt a csoporthoz való kisebb kötődés, másrészt az összehasonlítás fókuszsa. Az összehasonlítás, ha nem a saját kiválóságra, hanem mások kiválóságára vonatkozik, míg az identitás része marad a magyar, akkor nem is szükséges a kettős identitás, elegendő a gyenge magyar ahhoz, hogy a negatív önkép uralja el a személyiséget.

Geopolitikai okok is nehezítik a helyzetünket. Ha valaki a portugálokhoz hasonlítja a mi gazdaságunkat - mondván, hogy hasonló nagyságú ország -, könnyen megfélekedezik arról, hogy nekik gyarmataik voltak, s hát mondjuk ki, ez nem megfelelő összehasonlítás: minden gyarmattartó ország összerabolta a vagyonát, és ez mindmáig előnyösebb helyzetbe hozza ezeket a nemzeteket. Az összehasonlításokból csak akkor jövünk ki jól, ha a Föld egészét vizsgáljuk (Böröcz J.

2017), de nekünk a fókusz Nyugatra irányul, és ez magyarázza a kishitűséget, a depressziót, a kétségbeesést stb.

Keleten a szolgaság, Nyugaton a demokrácia mintái, nálunk pedig az az átmeneti állapot: nem akarunk szolgák lenni, de a közöseteremtésnek sem vagyunk ismerői. Szélsőséges individualitással reagálunk erre a földrajzi átmenetiségre. A magyarok ideája mindig is a Nyugat volt, társadalmi berendezkedésében pedig mindig volt valami a despotizmusból, legyen az német, orosz, vagy épp a saját. Mátyás királyra úgy emlékszünk, mint nemzeti nagyságunkra, de ha meg tudnánk kérdezni az akkor élt nemességet, azt mondanák, mindent csak ezt a királyt ne...

Számos volt gyarmatosított ország, mikor felszabadult, egy átmeneti demokratizálódás után visszaesett, és betegebb lett, mint amilyen korábban volt. Utóbb már a saját vezetőinek köszönhetően. Csak egy-két százalékuknak lesz a sorsa tartós felívelés. Mindezt részletesen kifejti Acemoglu és Robinson (2013). Véleményünk szerint az ilyen visszaeső országok élideálja és valóságos helyzete közt óriási a szakadék, mert belekóstoltak mind az autonómiába, mind egy igazságosabb világ lehetőségébe, és aztán mégsem sikerült. Ilyenkor elkerülhetetlen, hogy társadalmi szintűvé váljon a nemzet öngyűlölete. Ha ez a tézis igaz, sok harmadik világbeli országban hasonló társadalomlélektani jelenségeket kellene tudnunk feltárni, mint Magyarországon.

Pedig magyarnak lenni nem nehéz, de legalábbis nem olyan nehéz, mint feketének lenni egy fehérek uralta társadalomban, vagy ortodox zsidónak egy ateista államban. Ahol az érvényesülés gátja a származás, ott lesz nagy a hajlandóság a csoport elhagyására, különösen annak a részéről, aki érvényesülni szeretne és képességei is adottak (Lewin, K. 1975). Ha például valaki meggazdagszik, nem biztos, hogy saját csoportját fogja támogatni, hiszen ha ki kellett szakadnia belőle, hogy gazdagodjék, vagy közvetítő játékossá kellett válnia az elit és a saját csoportja közt, már szívesen tagadná a származását, vagy ha képviselőként ezt nem teheti, szívesen becsüli le. Kurt Lewin elemzi ezeket az élethelyzeteket.

Az öngyűlölet szakirodalmából az ő kiemelkedő elemzést ismer a szociálpszichológia, Kurt Lewin zsidó öngyűlöletéről szólót. Találhatunk párhuzamokat, bár a magyarhoz képest ez annyival összetettebb, hogy az asszimilációs nehézségek is megjelennek

benne – melyekről Bibó István írt máig tanulságos kifinomultsággal (1994) -, valamint a környezet előítéletessége sem elhanyagolható, hiszen az ember azonosulhat az agresszorával is (Freud, A. 1994.), mintegy őt helyezheti be a felettes énjébe.

### **Nem csak etnikumok élhetnek kisebbségben**

Ilyen kihívások maximum kisebbségi sorban érnek magyarokat, de még ott sem tömegesen. Ha transzponálni akarjuk Lewin szociálpszichológiai elképzeléseit, találhatunk azonban más kisebbség-többség konfliktust, csak nem a rassz vonatkozásában: sok szegény gyűlölné a rendszerváltás után meggazdagodott ismerősét, kiről tudja, semmivel sem okosabb vagy tehetségesebb nála. Még érdekesebbek, ha világtkép, értékrendszer, vagy életfelfogás különbségek kapcsán találunk aránytalanságokat. A magyar vagy a lengyel társadalomban óriási távolságok vannak premodern és modern értékrendszert valló emberek csoportjai közt (<http://www.europeansocialsurvey.org/>). S ezek is vizsgálhatók többség-kisebbség értelemben.

Egy kisebbségbe került menekültek befogadása mellett érvelő meggyűlölné a magyar nemzetét, ha azt lelketlen menekültellenesnek tartja. Egy cselekvő karakter hasonló érzetekig juthat el, ha nemzetéről az a percepciója, hogy az más nemzetekhez képest passzív, szenvedő. Márpedig ez egy jogos percepció lehet (Csepeli Gy. – Prazsák G. 2010). De egy sokgyerekes anya is kisebbségben érezheti magát ott, ahol erre a deviáns jelzőt ragasztják. Lewintől tudjuk, hogy az öngyűlölet lehet ugyan tisztán pszichológiai, de lehet szociálpszichológiai is, a kisebbségi létből fakadó.

Az öngyűlöletnek lehet igazságtartama, s ez már morális kérdés. Épp ezért a legegyszerűbb módja az volna, ha változtatnánk a valóságon, de ismerjük azt a reakciót, hogy többnyire csak legyintünk, és azt mondjuk: „mi magyarok mindig ilyenek voltunk”. Zimbardo a délolaszokra és ránk ugyanazt a diagnózist állítja fel: megszokták ezek a népek – mondja -, hogy bármit tesznek is a történelmük során, ha az igazságért harcolnak, pórul járnak. Így aztán megtanulják a tehetetlenséget a cselekvéssel szemben, a fejet hajtást a vezetőiknek (Halmos M. 2014). (A tanult tehetetlenségnek van nemzetközi összehasonlító szakirodalma, s ebben épp úgy előkelő helyet foglalunk el, mint az öngyilkosságban /Seligman, M. 2011/.)

Van néhány előnye is annak, hogy fordítva ülünk a lovon, mint a szerencsésebb nemzetek. A valóságot inkább torzítja az önszeretet, a saját csoport szeretete, s az önimádók sokkalta torzultabban észlelik a világot. Noha mondhatni az önszeretet a normális, ezért is gondolják az emberek, hogy például jobban vezetnek, mint az átlag, és kevesen gondolják magukat átlagosnak, még kevesebben átlag alattinak. Így nyilván nem jön ki az objektív eredmény. Az önmagunk torzult észlelését felerősítik a társadalmi normák. Egy másik nemzet tagja például udvariasságból jobb véleményt fog megfogalmazni rólunk, mint amit gondol, mi néhány pozitív tulajdonságot, mellyel valóban rendelkezhetünk, úgy fogjuk értékelni, hogy az rendkívüli, míg a gyenge tulajdonságokra azt, hogy azok másoknál is előfordulnak. Ezek kiváltják az ún. wobegon hatást (Smith, E.R. - Mackie, D.M. - Claypool, H. 2016). A pesszimista embereknél és pesszimista népeknél a hatás fordítottját kell keresnünk. Vagyis a pozitív eredményeket le, a negatívakat felértékeljük. Kommunikációban a pozitívat nem halljuk meg, a negatívát igen. Az udvariaskodáson átlátunk, és nem vesszük komolyan, az elhangzott kritikákra kiélesedett hallással figyelünk.

Nem véletlen, hogy a magyar identitással rendelkező költőink nemzeti önostorozásából tanulunk ma is – Adytól vagy József Attilától -, és valódi bölcsességet nem szerzünk a giccses magyarkodós értelmiségeinktől, legyenek azok művészek vagy más rendszert legitimálók. Erős bennünk az önreflexió, más népekhez képest rengeteget foglalkozunk önmagunkkal. A geopolitikai helyzetünknek nem csak negatívuma van, a szolga leszek vagy remete, a rendszer részese leszek vagy kívül álló állandó dilemma, s kitermeli a hőseit is.

A geopolitikai helyzet gyakoribbá teheti és kiélezheti a feszültségeket: nyugatos urbánusok kerülhetnek szembe a népiekkel, konzervatívok tekinthetnek ellenségként és hazaárulóként a liberálisokra. A cigány és a zsidó identitások erősödése a börtönvilágtól az elitig versenyhelyzetet generál. S annak a népnek a számára, amelyik nem ismeri a konszenzusos együttműködési technikákat, mindez a folyamat meglehetősen komoly veszélyforrás is egyben.

Ha megnézzük a kettős identitással rendelkezőket, akkor a bizonytalanabb emberek hajlamosak elfogadni a többség álláspontját. Például a romániai magyarok minél alacsonyabb iskolázottságúak, annál inkább elfogadják azt az állítást, hogy a románok

okosabbak a magyaroknál, és hogy jó volna nem magyarnak lenni. Magyar cigányok Magyarországon ugyan így tekinthetnek cigány voltokra. Nem azt állítjuk, hogy a többség, de egy jelentős hányad ahhoz, hogy a jelenség mellett ne menjünk el.

### **Intuitív megfigyelések**

Emlékeim közt keresgélve már gyerekként a tanyavilágban egy nem vérszerinti, de paraszt rokonom döbbsentett meg először a magyar öngyűlölettel. A bácsit nagyon kedveltem, mert sok érdekes dolgot tudott mesélni a háziállatokról, s amúgy meg komoly beszélgetőtársnak tartott, noha még iskolás sem voltam. Egyszer azt magyarázta, hogy bizony a háborúban a magyar az lopott. Lopósok vagyunk. Nem tetszett, hogy ezt mondta, s hogy mekkora hatással volt rám mi sem bizonyítja, hogy máig emlékszem a jelenetre. Vitatkozni nem vitatkozhattam vele, hiszen ő volt a háborúban, és ő volt a felnőtt.

Egyetemi tanulmányaim során nem kevésbé döbbsentett meg a szocializmusban végzett kutatásról szóló előadás, mely kimutatta, hogy a magyar magát szalmaláng-természetűnek tartja, vagy hogy himnuszában más nemzetekhez képest a kudarcait sorolja fel, nem a győzelmeit, miként azt Hankiss Elemér először kimutatta (Hankiss E. 1983). Mindezek azért is lehetnek furcsák, mert a felnövekvés állapotában lévőknek, mintegy szocializálnia kell a saját nemzetéhez. Nem születik minden magyar szalmaláng-természetűnek, épp annyian van a magyarok közt is annyi kitartó kisgyerek, mint más népeknél, s nem születik senki sem kudarcait szeretőknek, azt ünneplőknek. A himnuszunkat és az ünnepeinket az előző generációtól kapjuk.

Érdemes volna tehát azt vizsgálni, hogy melyik nép alkot magáról több negatív sztereotípiát. A pozitív sztereotípiák gyűjtésében úgy sem találunk különbségeket. Minden nemzet például okosnak, tehetségesnek vagy vendégszeretőnek tartja magát, de szalmalángnak vagy lopósoknak? Vizsgálható, hogy bizonyos dolgokat melyik oldaláról keretezik többen, például a talpraesettséget lehet könyöklésként is. Milyen arányok és milyen szociológiai változók szerint? Földművesektől kezdve a munkások és irodai alkalmazottakon keresztül az akadémikusokig.

A negatív önészlelési hajlandóságnak az a sajnálatos velejárója, hogy az ember szereti feltölteni tartalommal meglévő előítéleteit, mert ezek támasztják alá nézetrendszerét. (Az önmagunkról alkotott negatív előítéleteket nem igen kutatták még, de egész biztos hasonló logikát követ, mint a másokkal szembeni előítélet, ezért Allport könyve áll újfent rendelkezésünkre /Allport, G. W. 1977/).

Ha megnézzük a külföldön tartósan dolgozó honfitársainkkal készült interjúkat, különösen a magukat sikeresnek tartókat, ott nagyon gyakori a negatív magyar identitás (Zsolt P. 2013). Lehet ez önigazolás az ország elhagyása miatt, annak megmagyarázása, hogy miért jobb nekik így, miközben esetleg halálra dolgozzák magukat és csöppet sem jobb. Olyan beszámolókat is találni, mely szerint a magyar a magyart azért kell kerülni, mert ha a kisujjadat nyújtod a karodat akarja. Ezek az értelmezések nem a frissen érkezők kiszolgáltatottságát emeli ki, hanem a követelőzését. A magyar tehát követelőző, hálátlan, élősködő – alakulnak ki az újabb negatív sztereotípiák. Elképzelhető, hogy a lengyel vagy a román is hasonlóképp támaszkodik a lengyelre vagy a románra, s mégsem gyárt ilyen sztereotípiákat. Elképzelhető az is, hogy a magyarok is segítik egymást, mert ha azt kérdezzük, X vagy Y kivel és hol próbált meg érvényesülni, kiderül, hogy magyar kapcsolatokon keresztül. Ezzel együtt persze elhihetjük, hogy vannak különbségek, de hogy a magyar úgy általánosságban számító és hálátlan volna, ez már inkább egy olyan általánosítás, melyet azért gyártunk, mert a negatív önképünkhöz keresünk igazolást.

A magyar öngyűlölet egy önmagát erősítő spirál. Minél erősebb a negatív önkép, annál több az ezt igazoló megfigyelés, minek következtében még erősebb lesz a negatív önkép. Mindez egy egészséges identitás megbomlásához, öngyűlölethez, devianciákhoz, vagy ahhoz vezet, hogy valaki teljes mértékben elhagyja magyar identitását és beolvad a többségi társadalomba. Idehaza maradván nyilván nincs identitásvesztésre lehetőség, csak a negatív identitásra.

Buda Béla (1986) egy kommunikációs könyvében kiemelte – mely könyvet egyébként magam is használtam oktatási célra -, hogy a magyarok tehetetlenek mikor valamilyen családi rendezvényen kell szerepelniük. Nyilván nincs meg az az ironikus pohárköszöntős kultúránk, mint az angoloknak, s nyilván van igazság abban, hogy ahol a szokások szétesnek, ott kommunikációs nehézségek lépnek fel. Még mulatni

sem tudunk, még ünnepelni sem, még meghalni sem, állította Buda és az okokat a rítusok szétesésében látja. Ám nyugodtan megláthatnánk – vélem én - e jelenségeknek a pozitívumait is. Ha veszít valahol az ember az egyik képességén, általában kiélesedik egy másik. Ahol a szokások nem dominálnak, amelyek törzsnél például nincs nagy szertartásosság az életfordulatoknál, ott viszont egy csendesebb, gyakran harmonikusabb közösség jön létre. Más erős hagyományú beavatási szertartásaikat rendkívül fontosnak tartó törzseknél – ahogy Desmond Morris mondaná – a szokások valójában kétlábon járó abszurdításokig viszik el a társadalmakat (Morris, D. 2016, Ossowska, M. 1973).

A magyarok rítustalanok, ebben lehet igaza van Buda Bélának, de a szokások kényszerzubbonyok is, az etnocentrizmus alapját képezik – nem véletlen Sumner (1978) Népszokások című könyvében jelenik meg először ez a fogalom -, a szokások, ha erősek, a sznobizmus táptalajai. Buda Béla tehát épp így örülhetett volna annak, hogy a magyarok hajlandósága a sznobizmusra és az etnocentrizmusra kisebb, mint ahogy sajnálkozhatott a kommunikációs zavarainkon. Kétségtelen azonban, hogy a szokások tudják a társadalmi kohéziót létrehozni, ha például vannak fontosabb dolgok, mint a pártokhoz és más hatalmi struktúrákhoz való kötődések (Paár Á. - Zsolt P. 2011). A magyar öngyűlölet táplálkozhat abból is, hogy archaikus szokásait elveszítette, új demokratikusakat pedig nem sikerült meggyökeresíteni.

Tudományos konferenciákon rendre találkoztam az elmúlt 20 évben olyan magyarázatokkal, hogy a magyar persze azért olyan, mert annyira problémás a karaktere, a történelme, a társadalma. S főként a karaktere az, ami furcsa megállapítás, s ilyenkor arra gondolok, ha valami karaktere van, akkor az épp az, hogy a saját karakterét problémásnak tartja. Más nép maximum önironikus, viccet gyárt nemzeti karakteréből, de nem ostorozná önmagát.

Egy másik tanácskozáson azt hallom, hogy a magyar azért simult úgy bele a tömegkultúrába – és itt gondoljunk az amerikai meg brazil szappanoperák terjedésére -, mert nincs sajátja, ami védené. Ez egy okos megfigyelés, igaz ez még a gyerekek számára gyártott játéktárgyakra is. A tömegkommunikációs kiszolgáltatottságot és ellenállásdeficitet mondhatná például az olasz is a franciával szemben. De vajon az



olasz tehetetlenül fejet hajt-e e megállapítás hatására, mint a magyar? Nem érdekesebb-e maga a megfigyelésre adott reakció, mint maga a megfigyelés?

A negatív sztereotípiák elfogadásának a következménye az öngyűlölet, s ennek is betudhatók a stressz, valamint a stressz okozta betegségek. Aki nem tud rámosolyogni magára a tükörben, az nyilván gyomorfekélyt kap, bőrbetegségei lesznek, hamarabb felmondja a szíve a szolgálatot *horribile dictu* öngyilkos lesz. Számos jelét látjuk a nemzetünk betegségének, a depressziótól kezdve az önpusztításig, a korrupció elfogadásától kezdve a társadalom foglyul ejtethezőségének akadálymentességéig.

Konferencián hallottam azt is, hogy milyen diktatúrát elfogadni hajlamos nép vagyunk, s hogy a Big-Brother típusú valóságshowk nálunk ezért futottak olyan simán, mert ez ugyanaz, mint hogy a nácizmus előtt is fejet hajtottunk. Bezzeg a belgáknál... Az állításnak egyébként pont az ellenkezője az igaz, s véletlenül ezt épp jobban tudom, mert a témát kutattam (Zsolt P. 2013a). A valóságshowk játékszabályait nehéz volt betartatni az első szériában a szereplőkkel, a náci ideológiák alapjai pedig megvoltak a skandináv országokban, gondoljunk csak az eugenika származási helyére. De nem érdekesebb-e az, hogy az ilyen állítások helyeslésre számíthatnak a magyarok részéről, azaz nincs velük szemben kritika?

Olyasmit is hallhattunk Erős Ferenc egy előadásában, hogy a mozaik osztályos nevelés módszer működik a világban, de nálunk nem, mert a mi diákjainknak nincs fogékonysága a modern demokratikus pedagógiai technikákra. A mozaik osztályos technika (Aronson, E. 2008) – ahogy más demokráciafejlesztő technikák is -, nagyszerűen működnek, alkalmazok ilyeneket a felsőoktatásban. Az más kérdés, hogy nem tudják kifutni magukat, mert hiányzik az az önbizalom, amely az oktatás során szerzett ismereteket át tudná vinni például a közigazgatásba vagy a piaci világba. Vagyis ezekben a negatív megfigyelésekben van részizagság, de nem az egyénre vonatkozó megállapítások az igazán érdekesek, hanem a recepciók. A magyar valóság feldolgozó, legyenek azok tudósok, vagy kocsmai beszélgetőpartnerek, mintha mindig a negatívot látná meg bennünk. Először ebből kéne kiszabadulnunk, hogy aztán az öngyűlölet aránya is csökkenjen.

## Irodalom

Acemoglu, D. A. – Robinson, J. A. (2013): Miért buknak el a nemzetek? – A hatalom, a jólét és a szegénység eredete, Budapest, HVG Könyvek

Allport, G. W. (1977): Az előítélet, Budapest, Gondolat Kiadó

Aronson, E. (2008): A társas lény, Budapest, Akadémia Kiadó

Bibó I. (1994): Zsidókérdés Magyarországon 1945 után, Budapest, Katalizátor Iroda

Böröcz J. (2017): Hasított fa – A világrendsze-elémlettől a globális struktúraváltásokig, Budapest, L'Harmattan Kiadó

Buda B. (1986): A közvetlen emberi kommunikáció szabályszerűségei, Budapest, Animula Kiadó

Csepeli Gy. – Prazsák G. (2010): Örök visszatérés? Társadalom az információs korban. Budapest, 2010, Józsefvárosi Könyvtár

ld. még: <http://nol.hu/kritika/20130430-uj-autoritarianizmus-magyarorszagon-a-21-szazad-elejen-1383287> ut. letöltés: 2018. 04. 22.

Freud, A. (1994): Az én és az elhárító mechanizmusok, Budapest, Animula Kiadó

Halmos M. (2014): Egész Magyarországot megváltoztatjuk – interjú Zimbardoval, <https://index.hu/tudomany/2014/06/20/egesz-magyarorszagot-megvaltoztatjuk-phillip-zimbardo/> ut. letöltés: 2018. 04. 22.

Hankiss E. (1983): Társadalmi csapdák, Diagnózisok, Budapest, Magvető Kiadó

Lewin, K. (1975): Csoportdinamika, Budapest, KJK.

Merton, R. K. (2002): Társadalomelmélet és társadalmi struktúra, Budapest, Osiris, 2002.

Morris, D. (2016): Csupasz majom, Budapest, Gabo Könyvkiadó

Ossowska, M. (1973): Erkölcpszociológia, Budapest, Kossuth tér

Paár Á. – Zsolt P. (2011): A hagyomány ereje, <http://www.meltanyossag.hu/node/3129>

Seligman, M. (2011): Flourish – Éljen boldogan! Budapest, Akadémia

Smith, E.R., Mackie, D.M. és Claypool, H. (2016) *Szociálpszichológia*. Eötvös Kiadó, Budapest.

Sumner, W. G. (1978): Népszokások, Budapest, Gondolat Kiadó

Zsolt P. (2013): Európa esete a magyar migrációval, *Szellem és Tudomány*, 2013,2. 146-167.

Zsolt P. (2013a): Hírnév, Jólét, VV, Képernyő- és valóságshow-kutatás, Budapest, NMHH